20.031 Palacinky s džemom 100 porcií

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg, l, ks							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
mlieko	6,00	6,00	9,00	9,00	9,00	9,00	11,00	11,00
múka hladká	2,00	2,00	3,00	3,00	3,00	3,00	5,00	5,00
vajcia	12	0,60	17	0,85	17	0,85	21	1,05
cukor kryštálový	0,15	0,15	0,20	0,20	0,20	0,20	0,30	0,30
olej	0,60	0,60	0,70	0,70	0,70	0,70	1,00	1,00
cukor práškový	0,15	0,15	0,25	0,25	0,25	0,25	0,30	0,30
soľ	0,03	0,03	0,04	0,04	0,05	0,05	0,06	0,06
džem	1,25	1,25	1,70	1,70	1,70	1,70	2,50	2,50
hmotnosť porcie v g	82		117		117		175	
hmotnosť plnky v g	12		17		17		25	
hmotnosť palacinky v g	70		100		100		150	

Receptúra

Výrobný postup

Z múky, mlieka, vajec, soli a cukru vymiešame hladké riedke cesto, z ktorého na horúcom oleji pečieme palacinky z oboch strán. Upečené poukladáme na seba. Plníme džemom, preložíme a pocukrujeme.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A	813	195	4,17	7,4	3,7	27,1	0,9	56,9	0,6	0,026	0,1	0,1	0,8	0,0
B	1103	265	5,83	8,9	4,3	39,1	1,3	72,5	0,9	0,035	0,1	0,1	1,1	0,0
C	1103	265	5,83	8,9	4,3	39,1	1,3	72,7	0,9	0,035	0,1	0,1	1,1	0,0
D	1677	403	9,02	12,7	6,1	61,0	2,0	103,0	1,3	0,049	0,1	0,2	1,6	0,0